

## تعبير عن فوائد القراءة والمطالعة جاهز للطباعة

القراءة والمطالعة من أهم وسائل التعلم التي يكون بها الفرد متميزًا، وتعد القراءة هواية مفضلة للبعض، وهي سلاح نو حدين فاحرص على معرفة مصدر ما تقرأ قبل القراءة فيه لتجنب السير في اتجاه غير قويم، وعبر موقع لحظات نيوز تعبير عن فوائد القراءة والمطالعة جاهز للطباعة.

### عناصر الموضوع

- القراءة تحفز الذهن.
- فوائد القراءة للإنسان.
- كيفية تنمية مهارة القراءة عندي.

### مقدمة الموضوع

القراءة والمطالعة هواية للبعض ومهارة ينبغي للمرء التحلي بها ليحني من ورائها الكثير من العلم، فالعلم الحقيقي موجود في الكتب ولا يستخرج منها إلا بالقراءة وكبر المطالعة على المصادر المختلفة، وهكذا ينشأ العلماء، ومن تثقل عليه القراءة والمطالعة فهي في حالة من قلة بينة العلم يرثي لها.

### القراءة تحفز الذهن

تعتبر قراءة الكتب والمجلات والعناوين الرياضية التي يمارسها العقل، فكما أن البدن بحاجة ماسة للرياضة للصحة العامة والقوة البدنية فكذلك العقل بحاجة لممارسة رياضة تقوي من قدراته وتحفز نشاطه واتساع رقعة معرفته، والقراءة تميز بين عقل متفتح واع وعقل دون ذلك في غيابات الظلمة بأنواعها، تور جليًا أثرها على صاحبها وغيره.

### فوائد القراءة للإنسان

هناك عدة فوائد تثمرها القراءة ويجنيها الإنسان القارئ المطلع، وتلك الفوائد نعرض بعضها في النقاط التالية:

- **القراءة تخفف من التوتر:** فقراءة كتب تحبها يساعدك على التخلص من الضغط والتوتر الذي تعيش فيه أو تكتسبه من يومك ومخالطتك بالناس في العمل.
- **القراءة تساعد على النوم:** قد تكون القراءة حلاً فعالاً لمن يعاني من مشاكل في النوم والأرق، لذلك ينصح بالقراءة قبل النوم لمدة ربع ساعة للحصول على نوم أكثر عمقاً.
- **القراءة تنتج شخصاً مثقفاً:** العلم يكتسب من مصادره، ومصدر العلم الكتب، ففيها يصب العالم والباحث والناقد علمه ورؤيته ونقده، فالقراءة مستقى علوم الأولين وخلاصة ما توصلوا إليه، لذلك فالقارئ الجيد شخص مثقف متفوق على أقرانه.
- **القراءة تقوي الذاكرة:** فالشخص الذي يحافظ على القراءة ينمي قدرته على الحفظ والتذكر بشكل أفضل.

### كيفية تنمية مهارة القراءة عندي

- كثير من الناس يحب القراءة وليس له قدرة على القراءة طويلاً، وإليك بعض النصائح التي تساعد في تنمية القدرة على القراءة:
- التدرج في كمية القراءة: فالقراءة مهارة تكتسب بالتعلم، فعليك البدء بقدر قليل ثم زد فيه تدريجياً بعد التعود عليه.
  - **اقرأ عن موضوع جاذب لك:** القراءة مملة عن شيء لا تحبه أو لا تحسنه، فلكي تحب القراءة اقرأ فيما تحب لتجد نفسك فيه.
  - **حدد أوقاتاً ومقداراً للقراءة:** نظم وقتاً خاصاً بالقراءة كي تعتاد عليه ولا تنشغل عنها، ولا تزحمها من غيرها بل اجعل هذا الوقت لها.
  - **حدد أهدافاً وحققها:** إذا جعلت القراءة مصدر للسعادة والنجاح فستحبها وتدمنها، حدد هدفاً مثل تحديد قدر أو تلخيص ما قرأت وستشعر أنك أنجزت شيئاً وبهذا تسعد فتحب القراءة، وكافئ نفسك بعد كل هدف تحققه.

### خاتمة الموضوع

القراءة كنز أغلى من المال، فهي رأس مال الإنسان الحقيقي، وبها يزن الإنسان بين الناس، وبها ينال المرء قدراً ومكاناً، واحرص على تعليم أبنائك القراءة من صغرها بدلاً

من الانشغال بتوافه الأمور، فإن لم تعلمهم في نشأتهم ما يفيدهم فهناك من سبل الضياع  
شتى تقود بهم إلى ضد السبيل.

كان هذا ختام مقالنا عن تعبير عن فوائد القراءة والمطالعة جاهز للطباعة، تعرفنا من  
خلاله على أن القراءة تحفز الذهن، وعرفنا فوائد القراءة للإنسان، ونظرنا في كيفية تنمية  
مهارة القراءة عندي، فاحرص على ما ينفحك واستعن بالله ولا تعجز، ولا تنظر إلى ما  
هم دونك في العلم، فالسبيل سبيلك وأنت الفائز أو الخاسر.